

2023年未来三年护理工作计划和目标 未来三年体育工作计划(优秀5篇)

光阴的迅速，一眨眼就过去了，很快就要开展新的工作了，来为今后的学习制定一份计划。通过制定计划，我们可以更好地实现我们的目标，提高工作效率，使我们的生活更加有序和有意义。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的计划书范文，我们一起来看看吧。

未来三年护理工作计划和目标篇一

全面贯彻党的教育方针，积极推进素质教育，努力实现“以德育教育为首，以艺术教育为特色，以提高学生综合素质为根本”的办学目标。以学生《体质健康》为重点深化体育课堂、体训队教学改革，提高体育教学质量，加强出操、集会、集会纪律，做好出操、集会、集会常规训练，做好田径队、篮球队的选材与训练工作，切实提高体训队员体能、运动技能、竞赛能力和心理素质；以德育教育为核心，在体育教育教学中注重思想教育，培养学生树立远大理想，注意加强提高学生团结协作能力，增强学生集体主义观念，树立集体主义荣誉感，培养不怕苦、不怕累、顽强拼搏、积极进取的个性，提高学生克服困难、战胜困难的能力，为适应未来社会生活和激烈竞争奠定基础。

1、抓好“两课两操一活动”，增强学生组织纪律观念，有效提高学生身体素质。

“两课两操一活动”是学校体育工作的重点，“两课两操一活动”质量的好坏将直接影响学生身体素质的好坏和健康状况的好坏。因此，首先要求每位体育教师都要树立抓好“两课两操一活动”的思想观念；其次要求体育教师认真钻研体育教材，努力提高业务水平，做到写好学期计划、授课教案，多花时间备课，不打无准备之仗，向四十分钟要质量，切实

提高教学质量；第三是配合学校抓好早操、眼保健操工作，加强两操纪律，增强学生组织纪律观念，树立远大理想，营造良好校风、学风；第四是认真组织课外活动，要求每一位体育教师在值周期间保证课外活动时间、认真安排好课外活动内容、积极发放体育器材、充分利用现有场地器材，督促学校保障每生每天有一小时足够活动时间和注重激发学生参加体育锻炼，全面提高身体素质。

2、抓好《体质健康》工作，注重新教材的培训学习，注重领会新教材中推进素质教育的意义，注重结合我校学生实际情况进行教学改革，确保达标率、优秀率稳步提高，切实提高我校学生身体素质。

推行《体质健康》工作是我县刚进行的体育教学改革，目前我校已按上级部门要求配备相关器材，但是对新教材内容的了解是初步的，对新教材中所体现出的推行素质教育意义还不够深入，更谈不上对新教材的研究，更缺乏新教材的教学经念。因此，本学期体育工作的重心放在注重新教材的培训学习，注重领会新教材中推进素质教育的意义，注重结合我校学生实际情况进行教学改革，探索适合我校学生身体生长发育和探索适合我校学生身心健康成长之路。

3、抓紧抓好业余运动队训练，有效提高运动技能和竞赛水平。

长期坚持运动队的业余训练是我校的基本办学宗旨，也是提高我校学生积极参加体育运动兴趣和技能的基本手段。业余训练能培养学生吃苦耐劳，能使运动员养成良好的锻炼习惯，能推动学校体育的发展，能促进学生运动技能的提高；竞赛能有效发展学生团结协作、顽强拼搏和胜不娇、败不妥的个性，竞赛能增强学生集体荣誉感，竞赛能展现运动员的体育才能。因此，必须抓紧抓好运动队的训练。

1、期初召开体育教师会议，讨论分工体训队教练人员和讨论如何开展本学期体育教研活动及对本学期体育的其他工作作

安排。

男篮一队教练：

女篮一队教练：

田径队教练：

男篮二队教练：

女篮二队教练：

2、篮球一队要在第四周前选拔好运动员，并组队开始训练。

3、田径队也要尽快物色好运动员，尽快组队进行训练。

4、篮球二队要在第六周以前组队训练。

5、期初进行新教材和新广播操培训。

6、十月中旬进行新广播操比赛。

7、学校第十三届田径运动会决定在十一月中旬举行。田径队教练要负责拟好竞赛规程发送到各班，并组织有关人员编排，保证按期举行运动会。

8、期中组织体育教师利用电脑、电脑网络、电视进行体育观摩学习。

9、十二月中旬开展体育教学公开课。

未来三年护理工作计划和目标篇二

为加强对全民健身活动的组织领导，镇政府成立高埂镇全民健身活动领导小组，由镇长任组长，分管领导为副组长，社

会事务办、民政、工会、团委、妇联、残联、综合文化站等科室负责人为成员。领导小组负责社区全民健身运动的组织、督促检查和指导。

（一）以各层次赛事活动为主线，提高群众体育的吸引力。

20xx年社区拟举办1次以上单位职工（学生）运动会或趣味运动会，提高群众体育活动对群众的吸引力，不断扩大群众体育的影响面、参与面。

（二）以各种节庆体育活动为抓手，营造全民健身运动氛围。

要充分利用元旦、三八、五四、国庆等节假日，特别是“全民健身日”，组织社区各单位、村（社区）、学校、老年文艺队开展各种形式的群众体育活动。村（社区）侧重于组织开展秧歌、腰鼓、健身气功、绿道健身、拔河、自行车骑游、跳绳及趣味比赛等活动，学校侧重于组织开展健身操、篮球、足球、乒乓球等活动。以体育活动丰富群众节日生活，营造浓厚的全民健身运动氛围。

（三）以全民动员为目标，增加全民健身的实效性。

全民健身运动的目的是要让社区人民都要动起来，增强身体素质。各单位、村（社区）、学校、文化站、文艺队要结合健身绿道建设，充分利用各种资源，组织引导群众开展日常性全民健身运动，形成锻炼身体的良好习惯。

（一）党政办。负责加强宣传，注重引导，营造良好的全民健身氛围。

（二）文化站。负责全民健身活动工作方案的制定、实施和检查，负责各类活动计划实施的督促检查。青年志愿者和各级各类体育爱好者的作用，使全民健身活动进一步完善，活动制度逐步形成，管理和引导机制逐步建立，市场化机制进

一步健全。

（三）社会事务办。负责组织辖区内的中小学校举办学生运动会，学校组织学生开展全民健身运动每年不少于1次，学生参与全民健身活动不少于95%。督促中小学校严格按照《学生体质健康标准》，确保学生每天健身不少于1小时。

（四）民政办。负责督促检查活动计划实施情况；负责社区村（社区）全民健身活动的落实和检查，为居民健身提供帮助和指导。

（五）工会。负责组织各企业开展职工运动会，开展全民健身活动不少于1次，职工参与全民健身活动不少于50%。

（六）妇联。负责组织各基层妇女组织开展全民健身活动全年不少于1次，参与全民健身活动的妇女人数不少于50%，开展全民健身推广活动不少于1次。

（七）各企事业单位、学校、村（社区）。负责制定本单位全民健身活动计划，组织开展全民健身活动并抓好落实。

（一）认真制定工作计划。为切实加强全民健身活动的组织领导，健全组织机构，制定本全民健身活动计划，落实工作措施，确保全民健身活动取得实效。并制定8月8日“全民健身日”活动计划，广泛开展形式多样的全民健身活动。制定的年度工作计划和“全民健身日”工作方案，并及时报送。

（二）切实抓好工作落实。各单位要认真按照工作计划，抓好工作落实，对本单位、本辖区的体育场所、设施定期检查维护，确保正常使用。各体育协会要加强对全民健身活动的组织，发挥场地和项目优势，为社会各界开展全民健身活动提供方便和支持，积极吸引社会各界广泛参与全民健身活动。

（三）加强督查考核。各单位要高度重视全民健身运动的开

展，镇政府要将各村（社区）全民健身活动开展情况纳入年终考核，适时开展督查。

未来三年护理工作计划和目标篇三

在上级有关部门的具体指导下，我社区将体育工作列入工作

计划，作为社区精神文明建设的重要内容摆上议事日程，由社区主要领导任“文体活动中心”组长，确定一名社区居委会副主任专职具体抓；充分利用多种方式宣传学习《全民健身计划纲要》、《中华人民共和国体育法》和中央8号文件精神，并邀请市体育局领导和专家、教练到社区开展体育讲座，利用社区内的宣传墙报、专栏深入持久地宣传《纲要》、《体育法》精神，使之家喻户晓，人人皆知；建立健全“社区文体活动中心”各项规章制度，确定专人管理。

积极协调资金，加大对社区体育设施的投入。同时，积极鼓励社会力量参与社区体育设施建设，促进驻区单位、学校、企业内部的体育设施积极对社会开放，为辖区居民提供无偿或低偿服务；进一步完善社区体育设施管理责任制度，实现活动场所免费开放，在个居民小区内免费安装体育健身器材。

建立社会化的群众体育组织网络和满足多层次体育健身需求的服务体系；加强体育队伍建设，组织对体育工作者、社区体育骨干进行业务培训，对辖区内具有体育专长的居民进行普查登记，并充分发挥他们的积极性。建立社区体育指导员队伍，成立各种群众性体育团体、活动小组，培养社区群众体育骨干队伍。重点发展乒乓球、羽毛球、篮球、健身球、健身操舞等项目。四、广泛开展群众性体育活动。

积极组织参加全市、街道等部门举办的体育活动、比赛。通过举办社区运动会，展示xxx社区人的新思维、新形象。积极开展经常性的群众喜闻乐见的体育活动，丰富群众生活，提

升xxx社区人气。经常开展以小型多样、适合社区居民和外来人口，尤其是老人和儿童需求的体育活动，提高社区趣味体育比赛的参与率，带动全民健身的开展。按照《全民健身计划纲要》，坚持开展经常性体育活动，满足居民群众生活需要。要创造条件举办社区体育活动（赛事），用体育载体树立xxx社区形象。

未来三年护理工作计划和目标篇四

从计划的具体分类来讲，比较长远、宏大的为“规划”，比较切近、具体的为“安排”，比较繁杂、全面的为“方案”，比较简明、概括的为“要点”，比较深入、细致的为“计划”，比较粗略、雏形的为“设想”。下面小编给大家带来足球未来工作计划，希望大家喜欢！

为进一步贯彻落实《中共中央国务院进一步加强青少年体育增强青少年体质的意见》推进阳光体育运动，开展校园足球活动，__市今年四月一日正式启动了全国青少年校园足球活动，半年来我们按照全国青少年校园足球工作领导小组办公室的工作部署，努力工作，取得了较好的成绩，为进一步做好此项工作，我们按照全国校足办的要求并结合__市校园足球工作具体情况和东北特有的气候环境，现制定__市__—__年度校园足球工作计划：

一、进一步加强校园足球工作的组织领导

全市布局学校要进一步建立健全和完善组织领导，实行校长负总责，分管校长具体负责的工作机制，每学期召开两次由校领导和体育教师参加的工作会议，切实加强校园足球工作的组织领导，全力开展好校园足球活动。

二、切实加强专业队伍建设

(一)重视校园足球教练员、指导员队伍建设。每年举办校园

足球指导员、教练员培训班，选派优秀的指导员、教练员到校园足球活动开展好的地市学习，并给予经费上的支持。对工作成绩优秀的指导员、教练员在评职称、评先、评优等方面给予倾斜，以激发体育老师对校园足球工作的热情。

(三)充分调动指导员、教练员的积极性。各布局学校要根据本校的实际情况，认真制定相关方案，尊重足球教练员的劳动，在课时安排上给予倾斜，并按照__市校足办的要求适当给予补助，充分调动指导员、教练员的积极性，为校园足球工作的发展提供有力保障。

三、认真组织好各级足球比赛

各县(市)区教育体育局要按照__市校足办的要求组织好本区的联赛，支持布局学校组织好班级之间的比赛，鼓励布局学校开展学校间的对抗赛和各种形式的比赛。__市校足办按照全国校足办的要求开展好市级校园足球联赛。通过比赛提高学生的身体素质，培养优秀人才，推动足球事业的发展。

四、积极开展校园足球文化

推广校园足球“阳光体育、快乐足球”理念，在学生中倡导“团结协作、顽强拼搏、勇争一流、报效祖国”的“校园足球文化”，并贯穿到教学中。充分发挥新闻媒体的作用，学校要利用校园广播、足球网、宣传板、开展校园足球节等活动广泛宣传校园足球活动的开展情况，努力营造一个学生热情、老师积极、领导重视、学校支持、社会参与校园足球活动的良好氛围。

五、切实加强对布局学校的考核工作

六、切实加大对校园足球活动的经费投入

布局学校要在经费上给予支持和倾斜，市校足办也要加大对

布局学校经费的投入，对活动开展好的学校给予奖励。积极倡导全社会支持校园足球事业的发展，鼓励企业、社会团体、足球爱好者，从财力、物力、人力等方面给予赞助和支持。充分发挥布局学校自身的协调和统筹的能力，采取多渠道保证经费的支持。

校园足球活动不同于其他教育手段，对青少年的身心健康发展是其他教育手段不可替代的，他是一项造福于子孙后代的素质教育工程。各级教育体育局、布局学校要高度重视、团结合作，共同开展好__市的校园足球活动。

一、校园足球活动的指导思想

为了贯彻实施国家体育总局、教育部《关于开展全国青少年校园足球活动的通知》精神，落实《梅州市青少年校园足球活动的实施方案》相关内容，让足球活动成为学生们愉悦身心、强健体魄、培养技能、启迪智慧、团结合作的体育精神为宗旨，广泛开展校园足球活动，在青少年学生中普及足球知识和技能，形成校园足球文化，从而为社会培养全面发展、特长突出的后备人才。

二、具体活动办法

- 1、认真组建校园足球队，积极科学组织训练。
- 2、在全校大力宣传足球知识，形成良好校园足球氛围。
- 3、加大体育课中足球相关内容的教学，七、八年级每周一节专题足球课内容，九年级每两周有一节足球课内容。
- 4、每周四为校园足球活动日，固定1小时的足球活动。
- 5、编订足球教材，指导学生学习足球理论知识。

6、组织各年级各班级之间足球联赛。

7、成立各班级足球队，为选拔校队队员打基础。

三、训练计划

(1)训练时间

周二、周三：

早晨：6：50—7：30下午：4：45—5：35

周四：下午：4：00—5：00

(2)训练地点：学校足球场

(3)训练基本任务、内容、要求及手段

(a)提高队员的训练、比赛作风。

训练方面：

1、严格组织纪律性

2、严格训练质量

比赛作风方面

1、养成良好的体育道德作风。

2、加强发扬勇猛顽强的战斗作风。

3、严格的比赛纪律。

(b)提高队员全面身体素质，重点发展速度、灵敏、协调、爆

发力等素质

- 1、学习掌握跑的正确技术。
- 2、发展提高速度所需要的肌肉力量，
- 3、提高完成各种技术动作所需要的灵敏协调能力。

(c) 全面提高队员的基本技术(重点是传、接球技术)，逐步发展队员个人的技术特长

- 1、提高活动中控球能力。
- 2、正确掌握传球、接球技术。
- 3、提高技术运用的合理性。
- 4、注意发现队员特点并加以培养。

(d)提高队员的战术能力(重点是个人战术和局部战术)

- 1、确定个人的攻守职能以及进攻和防守的原则。
- 2、提高个人战术意识和局部2对1、3对2能力。
- 3、确定基本阵容，初步形成3—2—1防守反击的基本打法

(e)主要训练手段

- 1、身体训练手段：定时定距的高抬腿跑，跨球跑等。负轻杠铃蹲跳、蛙跳等。
- 2、技术训练手段：各种个人颠、控球练习，多种连续传射练习，各种1对1攻守，2—3人1组的跑动中传接配合，各种人数相等、不等的传抢练习。

3、战术训练手段：2对1，2对2，3对2，4对4对抗攻守，半场攻守，5对5攻守练习和练习比赛。

四、各项经费预算

1、购置、维修足球器材、设备：1500元

2、运动员参赛服装费：1500元

3、体育老师训练补助：1000元

4、组织比赛经费：1500元

5、其他：1000元

五、总结

为更好的发展我校校园足球活动，每学年度对所开展的足球活动进行阶段性总结，并形成书面材料、文本资料。对于参与足球校园的相关教师在比赛或活动中有突出表现的给予表扬和奖励。

六、激励和表彰政策

为鼓励师生开展校园足球活动的积极性，针对足球活动开展的情况进行年度鼓励，建立奖励办法。采取表彰及物质奖励等多种形式，对于在校、县、市级足球赛中表现突出的运动员，贡献突出的指导老师和相关人员给予相应的奖励，并设立“优秀运动员奖”、“优秀足球班主任奖”、“优秀教练员奖”等奖项。

一、指导思想

为贯彻落实全国青少年校园工作会议精神，加强学校体育工作，实现提高学生体质健康、运动技能和人格素养的总目标、

总要求，提高校园足球普及水平，奠定中国足球发展的人才基础。结合我校“追求卓越，和雅育人”的办学理念，创办以“足球文化”为核心的校园文化。进一步提升学校的知名度。以创建校园足球特色学校为契机，特制定三年工作计划。

二、发展目标

以校园足球为载体，以足球文化为主体，初步形成校园文化特色，加强对对学校足球特色发展的领导，健全各项工作机制，完善各项工作制度，开发足球校本课程，形成课程体系，并逐步完善。加强学校足球社团建设，提升社团品质，开展丰富多彩的足球活动，完善校内足球联赛机制，积极参加各类比赛，让比赛成绩有新突破，力争在本地区有一定的影响力。通过三年坚持不懈的努力。

形成以“足球文化”为核心的校园文化，使之成为学校特色，争创足球特色学校，促进学生学生综合素质的提高。进一步提升学校的知名度。

三、近三年工作目标

20__年度发展目标：

- (1) 制定学校足球特色发展三年规划，并得到有效实施。
- (2) 完善《足球特色学校》管理制度。
- (3) 建立健全学校《足球校本课程实施考核评价制度》。
- (4) 完善学校“卓雅足球社团建设，建成甲乙两级校级足球社团，三六年级建立班级足球队。
- (5) 初步形成以“足球文化”为核心的校园文化特色。
- (6) 搞好校级联赛，提高足球竞赛成绩，参加区级比赛确保前

三名。

20__年度发展目标：

(1)通过足球特色学校验收。形成比较鲜明的学校足球特色文化氛围，促进学校发展。

(2)形成比较完善的足球校本课程体系。

(3)完成“足球社团”的规范化建设，提高社团品质。

(4)校足球队确保在市级比赛中获得前三名。

20__年度发展目标：

(1)总结提炼出学校足球特色发展的经验材料。形成自己的工作特色。

(2)学校足球队竞赛成绩稳步提升，在市级比赛中实现保二争一。

(3)在省级比赛中争取获得好名次。

一、 指导思想

拟订科学的训练计划，理论联系实际，全面推进素质教育，提高训练水平。进一步巩固和培养同学们对足球运动的兴趣和爱好，培养集体主义观念，有效提高队员们的身体素质和竞技水平。

二、 训练目的

科学的进行系统训练，在抓好身体素质和球技上下功夫。开展足球项目的专项训练，通过训练使队员熟悉球性和控球能力，体会动作要领，提高足球基本技术和训练方法。组建一

支有着勇敢、顽强、机智、果断等优良品质和团结一致集体主义精神的足球队。

三、训练方案(6节课)

训练时间：隔周的周四中午_：00-_：50

第一节课：在文体部领导的监督下，通过技术考核挑选队员。将现有的57人精简至24人。

第二节课：重点训练队员的速度、协调、爆发力等素质。提高完成各种技术动作所需要的灵敏协调能力。

内容：熟悉球性，踢球练习，踢远练习等

第三节课：训练队员的基本技术(重点传、接技术)

内容：提高活动中控球能力，练习传、接球技术，提高技术运用能力。注意发现队员个人的技术特长加以培养。将人员按强弱分成两个队。

第四节课：提高队员的战术能力，重点是个人战术和局部战术。明确

个人攻守的职能，提高个人战术意识和局部2对1，3对2。确定基本阵容，初步形成4-3-2-1全攻全守的基本打法。(4名后卫，3名中卫，2名边前锋，1名前锋)

第五节课：两队对抗比赛。

第六节课：两队对抗比赛

一、指导思想

以增强学生体质，培养青少年拼搏进取、团结协作的体育精

神为宗旨，通过广泛开展校园足球活动，从而培养全面发展、特长突出的青少年足球后备人才，提高我校足球运动水平。

二、工作方针

依据体育局、教育局要从全局的高度通力合作精神；全校掀起足球热潮，充分发挥各自年级的资源优势，积极投入选拔和推选热爱足球的学生、不论大小和了解足球的程度，共同为校园足球活动的开展提供保障。

三、职责分工

(一)成立校园足球领导小组

组员：全体体育教师

训练时间：上午大课间10：40———11：30

训练地点：田径场

(二)学校体育组负责竞赛组织、专业技术训练与指导。

(三)体育组利用体育课，课外活动时间，组织学生开展各种形式的校园足球活动、训练和比赛；负责参赛运动员的训练出勤管理；负责制定校园足球活动方案与教学计划。

四、校园足球比赛组织方案

学校通过开展足球活动进行各项足球技术的训练和比赛，并通过足球技术比赛来刺激队员训练的积极性，主要分为：运球过杆计时比赛，传球精准度比赛，颠球比赛和5对5对抗赛等一系列比赛。

校园足球队：3—4年级

活动规程：参照《全国青少年校园足球联赛规程》

五、对开展校园足球活动的要求

- (一) 由校长亲自负责校园足球活动；
- (二) 提供完善充足的“校园足球活动”场地条件；
- (三) 组织足球训练的教师(教练)参加相关培训；
- (四) 学校在教学中加大体育足球教学的'比例；
- (五) 按时组织相应的训练；

六、对实施校园足球活动工作的要求

1、提高对“校园足球活动”重要性的认识。要把开展此次活动作为推进足球事业、活跃学生课余生活，培养学生健康生活方式的一个重要组成部分，把活动落到实处。

2、加强对校园足球活动的管理和指导。要认真研究、精心设计、积极探索出符合各班实际、面向全体学生的内容与方法。要建立健全规章制度，做到组织机构责任明确、实施方案科学有效、活动内容丰富多彩，形成活动的制度化和规范化。

3、加强安全保护工作。在开展校园足球活动中，要高度重视安全保护工作，从活动计划的安排、文体设施的检查、活动内容选择、活动过程的控制以及指导教师的选用等各个方面严格把关，以确保学生的身心健康和安全。

未来三年护理工作计划和目标篇五

二、岗位的工作情况

在这一年来，我负责过__和__方面的工作，工作上我认真仔细，严格遵守护理的规定要求，遵守医嘱并耐心听取病人和家属的要求，在工作中准确、耐心、细致的完成好自己的工作职责。在工作中不抱怨，不嫌累。虽然有时候需要和家属们耐心的解释一些工作情况，但大部分情况下都能得到家属们的`理解和认可，取得家属和病人信任，将医患关系处理妥当，让工作进行顺利。

三、学习和进步

尽管已经开始了实际的护理工作，但我始终也没有忘记在学习中提高自我。一年里，我经常钻研一些专业方面的书籍和资料，并虚心向身边的同事请教工作，这不仅更加提高了我的业务知识，也让我累积了许多实用的经验，让我在工作中也变得更加充实，更加圆满。

回顾自己这一年来的工作情况，我感到还不是很满意。作为一名护士，我还有一些不够熟练的技术。在工作中虽不至于导致出错，但却远比不上一些同事优秀。我感到，既然要成为一名大家信赖的护士的，那么我必须在自己的工作中将自己的职责和能力至少做到出色的程度。这也将是我在下一阶段的目标，是我将要进一步克服的个人问题。

转眼一年又过去，虽然护士的工作辛苦，但我却为这一年来从自己照顾下康复的病人们自豪。我会将自己的这份热情坚持下去，努力成为一名更出色的护理人员！